

ERGOMENTOR



Virpi Fagerström



Työsuojelurahasto
Arbetarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



Valitse ilo ja innostus!

Sote-alan veto- ja pitovoiman edistäminen ergonomia-
ja työturvallisuustietoa levittämällä

ERGOMENTOR

Viestintäkampanjan tausta ja tarpeellisuus

- Sote-alan veto- ja pitovoima on heikkoa: alalle hakeutuvat ovat vähentyneet ja alalta poistuneet lisääntyneet.
- Keskeisintä työvoiman saatavuuden parantamiseksi on huomion kiinnittäminen alan vetovoiman ja työolojen parantamiseen.

VALITSE
ilo &
innostus

#valitseilojainnostus

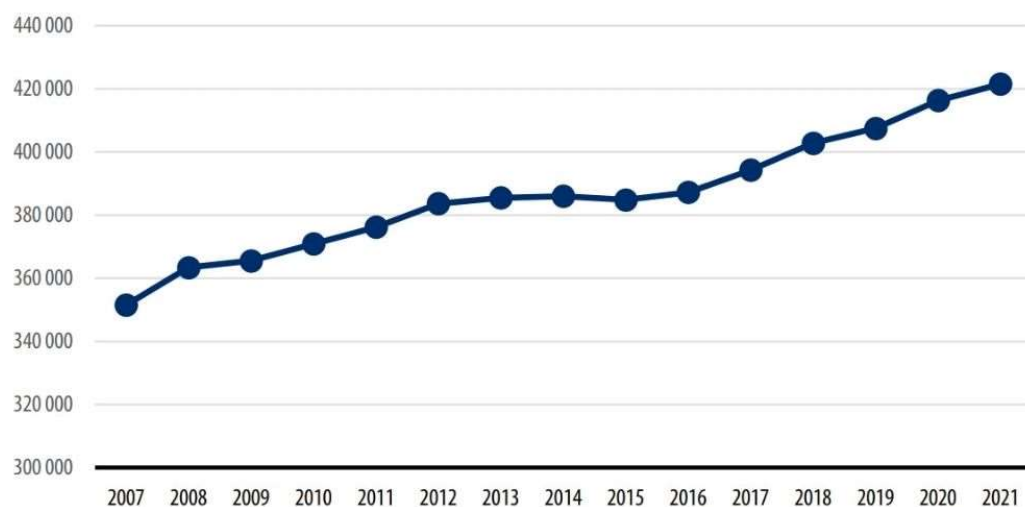


Sote-alan työvoimapula

- Maailmasta arvioidaan puuttuvan > 9 miljoonaa sairaanhoitajaa ja kätilöä vuoteen 2030 mennessä (WHO).
- Lähihoitajista on myös pulaa (WHO).
- Ennusteiden mukaan Suomessa sote-ala tarvitsee 200 000 uutta työntekijää vuoteen 2035 mennessä, jos toimintamalleja ei uudisteta / tehosteta.
- Tällä hetkellä KEVA:n laskelmien mukaan Uudeltamaalta puuttuu 6 000 sairaanhoitajaa, koko maasta 16 600.
- Lähihoitajia puuttuu koko maasta 8 800 (KEVA).

Sote-alan henkilöstömäärä 2007-2021

Kuvio 3. Sote-palvelualan työllisten määrän kehitys vuosina 2007–2021. Lähde: Tilastokeskus, työssäkäynti.



- Henkilöstömäärä on kasvanut sote-palveluista vuodesta 2007 vuoteen 2021 yht. 70 007 henkilöllä (Tilastokeskus).
- Sote-palveluala on toimialoista Suomen suurin työllistäjä.
- Vuonna 2021 sote-ala työllisti 421 494 henkilöä (Tilastokeskus).





Työsuojelurahasto
Arbetskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund

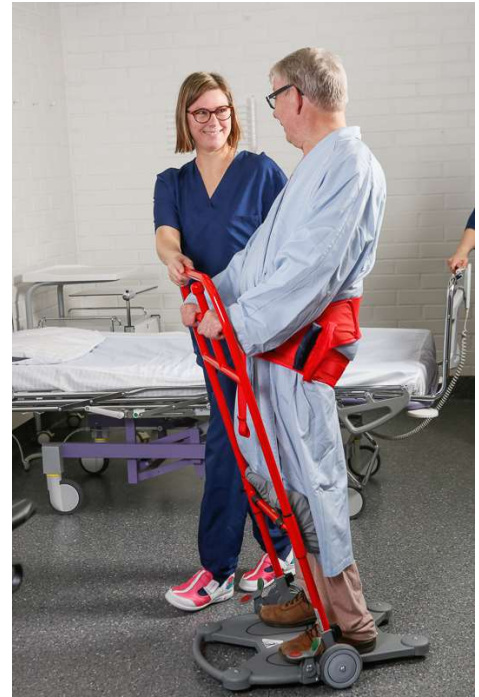
Työvoimapulaa ehkäistään kiinnittämällä huomiota veto- ja pitovoimatekijöihin sekä ergonomiaan

Ergonomialla voidaan vähentää työkuormitusta ja lisätä
-hyvinvointia

ERGOMENTOR

Sote-alan työn kuormittavuus

- Työn kuormittavuuden tunnistaminen on tärkeää, sillä kuormitustekijöiden esiintyvyyden on tunnistettu altistavan työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymiseen sote-alalta. (Työterveyslaitos 2020.)
- Tehyn tutkimuksen mukaan sairaanhoitajien kokema työn fyysinen kuormittavuus erikoissairaanhoidossa on hieman yllättäen hyvin vähäistä, mutta sen sijaan muunlaiset kuormitustekijät korostuvat (Coco 2019).
- Toisaalta työn fyysisestä kuormittavuudesta sote-alalla on myös selvää tutkimusnäyttöä esimerkiksi sairaala- ja hoitoapulaisten kohdalla (Työterveyslaitos 2020).



Sote-alan fyysiset kuormitustekijät



- Sote-alan työn fyysisiä kuormitustekijöitä ovat:
 - hankalat työasennot,
 - taakkojen tai avustettavien liikkumisen avustaminen sekä
 - runsas seisominen ja kävely.
- Avustustilanteista (mm. potilassiirrot) ja avustettavien lihavuudesta johtuvat tuki- ja liikuntaelinsairaudet ovat merkittävä työturvallisuusongelma terveydenhuollossa
- Ergonomian ja työturvallisuusinterventioiden avulla voidaan vähentää työntekijöiden loukkaantumisriskiä avustustilanteissa (Miller ym. 2022.)

Viestintäkampanjan tavoite & tarkoitus

- Lisätä alalle pyrkivien ja alalla toimivien tietoisuutta työolojen parantamiseen liittyvistä tutkimuksista ja ergonomiainterventioiden vaikuttavuudesta.
- Lisätä iloa ja innostusta sote-alalle sekä antaa lisätietoa, että työoloja on mahdollista kehittää ergonomiseksi!
 - Haastaa ja rekrytoida Kainuun hva:n sote-työntekijät ideoimaan alansa veto- ja pitovoimatekijöitä sekä joukkoistaa työntekijät kertomaan työn positiivisista asioista.
 - Lisätä sote-alan työntekijöiden iloa ja innostusta työkäytäntöjen kehittämiseen levittämällä tietoa alalle tehdyistä toimenpiteistä.





Viestintäkampanjan tehtävät:



Valitse ilo ja innostus -kampanjan tekee vastaiskun sote-alan negatiiviseen narratiiviin ja tuo esiin hyviä käytäntöjä, joilla työn fyysistä kuormitusta voidaan vähentää.

Kampanja:

- ☐ haastaa Kainuun hva:een sote-alan toimijat, yht 4000 hlö, kertomaan omasta työstään positiivisia esimerkkejä somessa ja asiantuntijafoorumeissa,
- ☐ levittää ergonomiatietoa ja hyviä käytäntöjä työkuormituksen hallintaan sekä
- ☐ ylläpitää alan veto- ja pitovoimaa podcastien, tiedotteiden ja tapahtumien avulla Kainuussa ja valtakunnallisesti.





Kampanjan kuvaus (teemat ja tavoitteet)

Teemat

1. Työnilo kiertoon - haasta kollega ja ilmianna innostava tapausesimerkki somessa.
2. Innostu ergonomiasta - ergonomiainterventioiden vaikutukset työn kuormitustekijöihin asiantuntijakiertue.
3. Iloa ja innostusta työhön – hyvien työkäytäntöjen levittäminen podcastien ja tiedotteiden avulla.

Teemakohtaiset tavoitteet

- Rekrytoida sote-työntekijät kertomaan oman työn positiivisista puolista ja jakamaan kertomuksia somessa.
- Lisätä sote-alan työntekijöiden innostusta ergonomian ja työn kuormitustekijöiden vähentämiseen levittämällä tietoa alalle tehdyistä tutkimuksista ja niiden tuloksista.
- Lisätä sote-alan työntekijöiden iloa ja innostusta työkäytäntöjen kehittämiseen levittämällä tietoa alalle tehdyistä toimenpiteistä ja niiden tuloksista.

Miksi – mitä hyötyä kampanjasta?

- Sote-alan positiiviset esimerkit monipuolistavat näkökulmia toimialasta. → muuttavat asenteita.
- Sote-alalla toimivien tietämys lisääntyy työturvallisuustoiminnasta ja ergonomiasta.
- Tiedon myötä sote-alalla toimivat innostuvat tutkimusesimerkkien kautta kehittämään omaa työtään.
- Kampanja lisää osallistujien asiantuntemusta, mahdollistaa verkostojen muodostamisen ja levittää tietoa sekä positiivisuutta.





Kohderyhmät

- Sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset
 - Iäkkäiden kanssa toimivat (vanhus- ja kotihoitotyön työntekijät)
 - Sairaanhoidajat ja lähihoitajat
 - Vanhustyön johtajat
 - Kuntoutusalan työntekijät (ft ja tt)
- Työturvallisuusalan ammattilaiset ja ergonomistit
 - Hyvinvointialueiden työsuojelussa toimivat
- Sote-palveluiden käyttäjät

VALITSE
ilo &
innostus

#valitseiloinnostus



Työsuojelurahasto
Arbetsmiljösamfundet
The Finnish Work Environment Fund

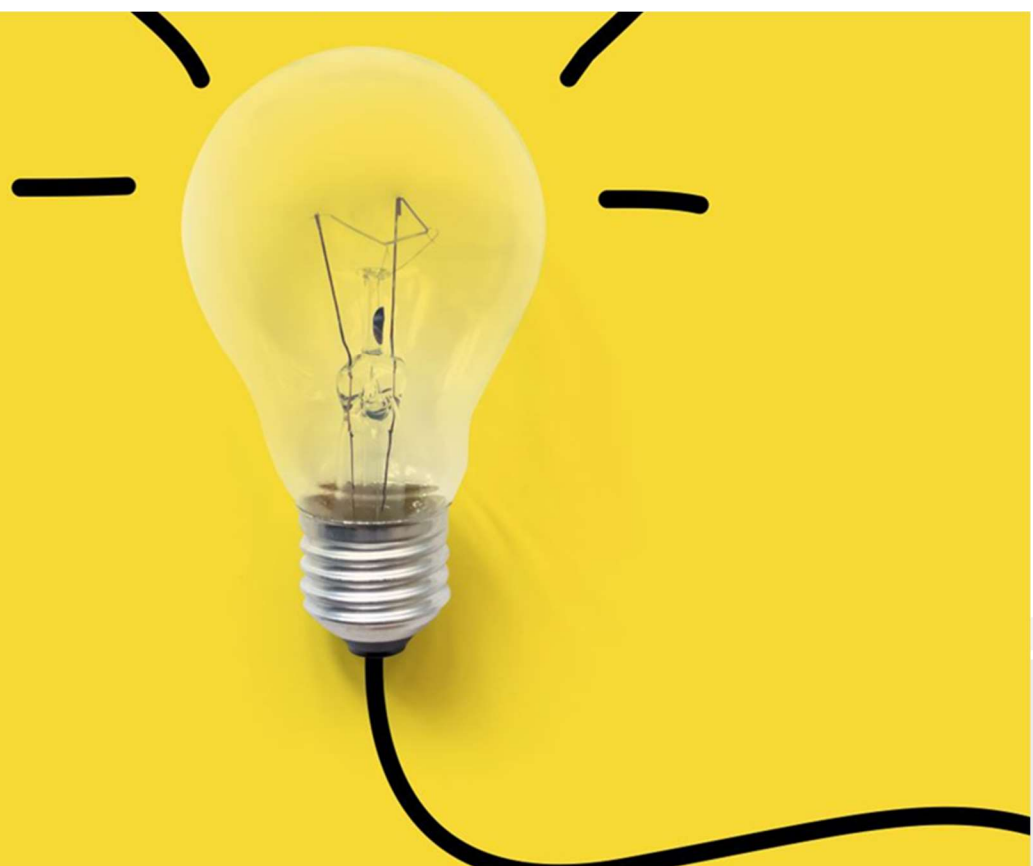
Virpi Fagerström

ERGOMENTOR



ERGOMENTOR

Tehtävät ja
viestintäkampanjaan
liittyvät tapahtumat



Teema 1: Työnilo kiertoon

Valtakunnalliset Valitse ilo ja innostus -tapahtumat

VALITSE
ilo &
innostus



- Mukana Pirkko Mannola ja Jan Holmberg
- Tapahtumat Tampereella 7.3.2024 ja Porissa 31.5.2024
- Lue seminaaritunnelmista:
 - Iloa ja innostusta Tampereen seminaarista: Pirkko Mannolan voimaannuttava esitys ja muita huippuhetkiä! (<https://ergomentor.com/2024/03/>)
 - Valitse ilo ja innostus – Mitä mukanasasi tulee kynnyksen yli työpaikalle? (<https://ergomentor.com/valitse-ilo-ja-innostus-mita-mukanasasi-tulee-kynnyksen-yli-tyopaikalle/>)
 - Sote-alan amattilaisten suositukset alalle pyrkiville (<https://ergomentor.com/2024/06/>)



Työsuojelurahasto
Arbetsmiljösamfundet
The Finnish Work Environment Fund

#valitseilojainnostus

ERGOMENTOR



Teema 1: Työnilo kiertoon

Tapahtumat Kainuun ikääntyneiden palveluiden esihenkilöille

Teema 1: Työnilo kiertoon – ideointityöpaja esihenkilöille (Teams)	
Aikataulu	
Ti 20.8 klo 10-11.30	Kick off – haasta kollegasi! Esihenkilöiden ideointipaja työnilon edistämisestä
To 5.9 klo 10-11.30	Sote-alan veto- ja pitovoiman edistäminen: hyvien käytäntöjen jakaminen
Ti 22.10 klo 10-11.30	Toiminan arviointi ja hyvien kokemusten kokoaminen – miten tästä eteenpäin?

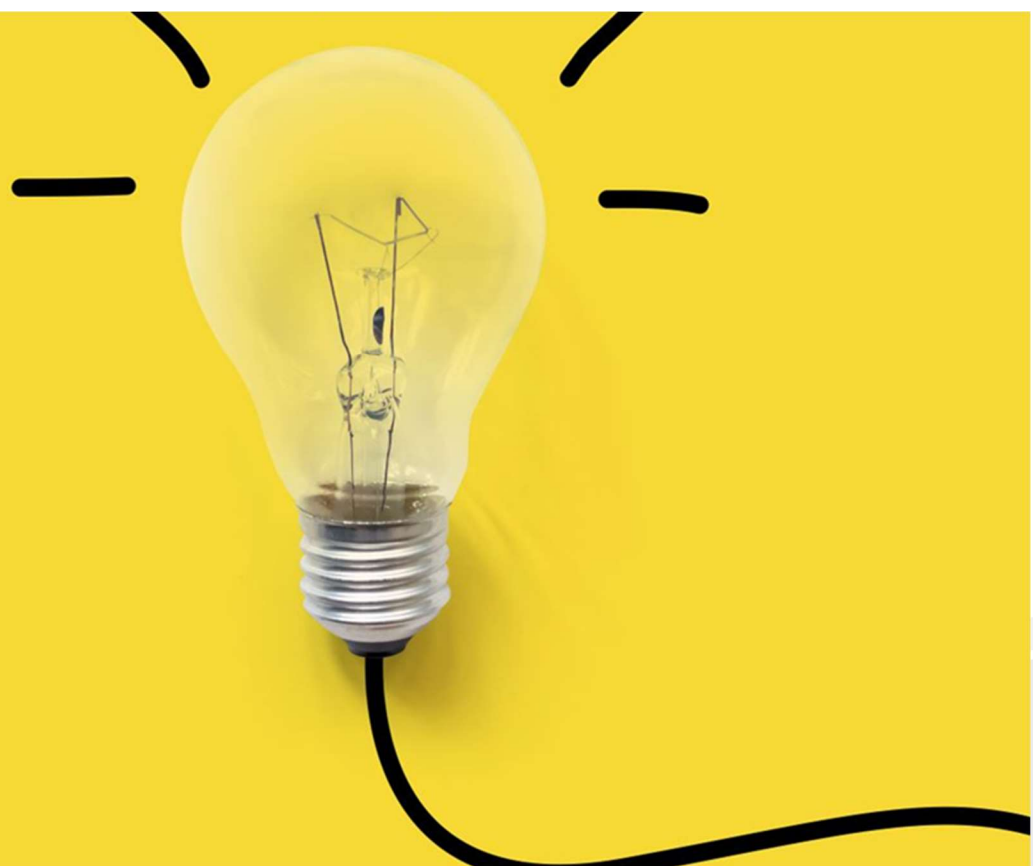


Työsuojelurahasto
Arbetsmiljösämfonden
The Finnish Work Environment Fund

ERGOMENTOR



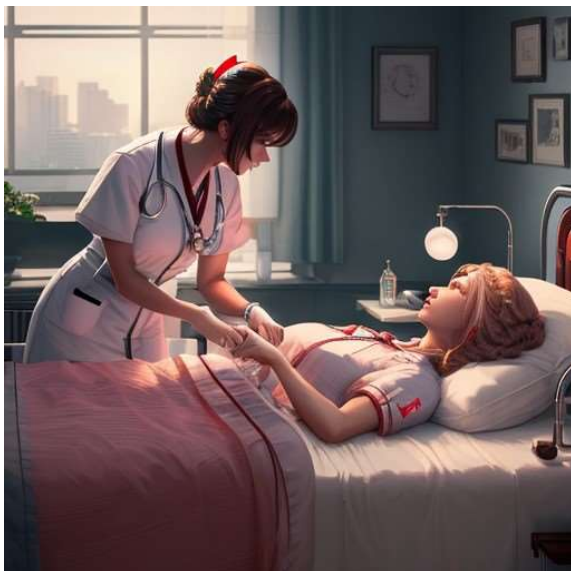
Työnilo kiertoon:
Sote-alan henkilöstön
aktivointi ja haastamien





HAASTA, KUVITTELE, TOIMI!

VALITSE
ilo & innostus



Tavoitteemme on herättää sote-alan työntekijät toimimaan oman alansa eduksi, jotta he voivat omalla toiminnallaan vaikuttaa alan veto- ja pitovoimaan ja tuoda julkiseen keskusteluun monipuolisempaa näkökulmaa alalla toimimisesta.

ERGOMENTOR

Pohdi, mitkä asiat innostavat työssäsi?

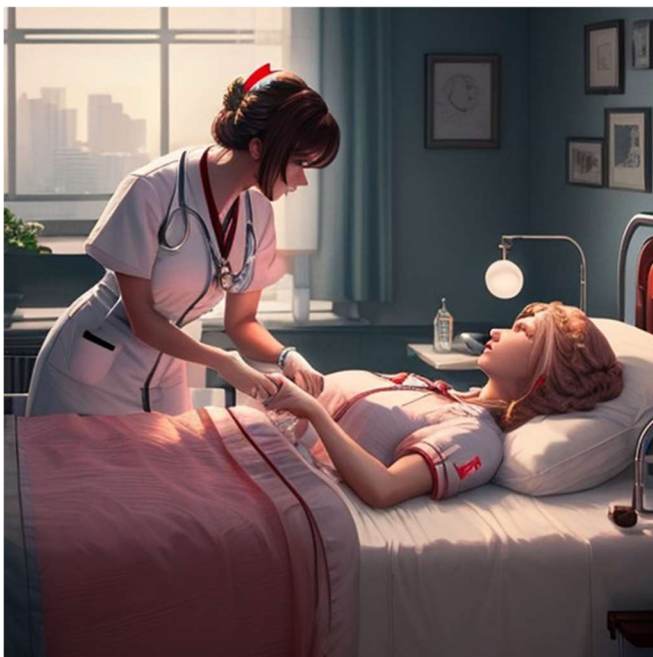
1. Julkaise työstäsi innostava tarina tai asia, jonka haluat jakaa muille.

- Kirjoita tarina tai asia omaan some-kanavaasi (vapaaehtoista).
- Huom! Muista anonymiteetti.
- Lisää julkaisuusi **#valitseiloinnostus** ja aseta julkaisusi julkiseksi (vapaaehtoista).
- Julkaise tarinasi!

2. Etsi somesta **#valitseiloinnostus** julkaisuja

- Käy tykkäämässä niistä ja osallistu aktiivisesti kollegoidesi kanssa keskusteluun!

Työnilo kiertoon!



Virpi Fagerström

VALITSE
ilo &
innostus

Haasta kollega ja
ilmianna innostava
tapausesimerkki!

#valitseiloinnostus

ERGOMENTOR

Teema 2: Innostu ergonomiasta!

Ergonomiainterventioiden ja -
koulutusten vaikuttavuus

VALITSE
ilo & innostus



Apuvälineiden käyttöhyödyt ja -
terveysteknologian käyttöönotto

VALITSE
ilo & innostus



ERGOMENTOR



Teema 2: Innostu ergonomiasta

Tapahtumat Kainuun ikääntyneiden palveluiden henkilöstölle

Teema 2: Innostu ergonomiasta (Teams) - ergonomiainterventioiden vaikutukset työn kuormitustekijöihin asiantuntijatietoiskut sote-alan työntekijöille (mm. ikääntyneiden toimialue)

Aikataulu	Aihe
Ti 13.8 klo 14.30-15.30	Ergokortti – terveenä työssä tietoisku
Ke 21.8 klo 13.30-14.30	Innostu ergonomiasta Osa 1: ergonomiainterventioiden ja -koulutusten vaikuttavuus
Ke 11.9 klo 13.30-14.30	Innostu ergonomiasta Osa 1: ergonomiainterventioiden ja -koulutusten vaikuttavuus
Ke 18.9 klo 13.30-14.30	Innostu ergonomiasta Osa 2: apuvälineiden käyttöhyödyt ja -terveysteknologian käyttöönotto
Ti 15.10 klo 13.30-14.30	Innostu ergonomiasta Osa 2: apuvälineiden käyttöhyödyt ja -terveysteknologian käyttöönotto





Teema 2: Innostu ergonomiasta

Ergonomiatiedon levittäminen valtakunnallisissa tapahtumissa

Toimenpide / tehtävä	Aikataulu
Ger-Ger yhdistyksen jäsenille ergonomialuento, Teams	29.5.2024
Päivitä Ergokorttisi -koulutus, Turku	30.5.2024
Tulevaisuuden ambulanssi -tapahtuma, Iisalmi	9.8.2024
Ergokortti – terveenä työssä tietoisuus, Teams	13.8.2024
JHL: Henkilökohtaisten avustajien ajankohtaispäivät	21.9.2024
JHL: Työn kuormittavuus	4.11.2024





Teema 3: Iloa ja innostusta työhön – hyvien käytäntöjen levittäminen

Psykopodiaa

157. Ergonomia ja työhyvinvointi



Virpi Fagerström

LISTEN ON  Spotify

Kuuntele palvelussa  supla

Kuuntele palvelussa  Apple Podcasts

166. Sote-alan muutokset ja työntekijöiden hyvinvointi

Vieraana Virpi Fagerström

Psykopodiaa

Nina Lyytinen

Teema 3: Hankkeessa julkaistut blogit

Teema 3: Iloa ja innostusta työhön – hyvien työkäytäntöjen levittäminen podcastien ja tiedotteiden avulla			
Toimenpide / tehtävä	Aikataulu	Teema	Julkaisulinkit
Blogi: Iloa ja innostusta Tampereen seminaarista: Pirkko Mannolan voimaannuttava esitys ja muita huippuhetkiä!	14.3.2024	Teema 3	https://ergomentor.com/2024/03/
Blogi: 3 vinkkiä nostoliinan pukemiseen – potilasnostimet lisäävät avustajan ergonomista työskentelyä	19.4.2024	Teema 2	https://ergomentor.com/2024/04/
Blogi: Motoristen taitojen kehittäminen kannattaa – tutustu perusteluihin!	3.5.2024	Teema 2	https://ergomentor.com/motoristen-taitojen-kehittaminen-kannattaa-tutustu-perusteluihin/
Blogi: Valitse ilo ja innostus – ”Mitä mukanasasi tulee kynnyksen yli työpaikalle?”	4.6.2024	Teema 3	https://ergomentor.com/valitse-ilo-ja-innostus-mita-mukanasi-tulee-kynnyksen-yli-tyopaikalle/
Blogi / hanketiedote: Kainuun hyvinvointialue edistää yhteistyössä Ergomentorin kanssa sote-alan veto- ja pitovoimaa	13.8.2024 Ergomentor	Teema 1-3	https://ergomentor.com/kainuun-hyvinvointialue-edistaa-yhteistyossa-ergomentorin-kanassa-sote-alan-veto-ja-pitovoimaa/
Blogi: Sote-alan ammattilaisten suositukset alalle pyrkiville	25.6.2024	Teema 1	https://ergomentor.com/2024/06/
Blogi: Ergonomia osana työhyvinvointia – hauska muisto ja tärkeät opit	7.10.2024	Teema 2	https://ergomentor.com/ergonomia-osana-tyohyvinvointia-hauska-muisto-ja-tarkeat-opit/





Teema 3: Hankkeen muut julkaisut

Toimenpide / tehtävä	Aikataulu	Julkaisulinkit
Uutiskirje: Mitä mukanasasi tulee kynnyksen yli? ja hankkeesta tiedottaminen	13.6.2024	Blogi: https://ergomentor.com/valitse-ilo-ja-innostus-mita-mukanasasi-tulee-kynnyksen-yli-tyopaikalle/
Uutiskirje: Sote-alan ammattilaiset kertovat alansa vetovoimatekijöistä – ihmisläheisyys koetaan merkityksellisenä	26.6.2024	Blogi: https://ergomentor.com/2024/06/
Uutiskirje: Ergonomiatietoa kaikille!	14.8.2024	



Teema 3: Hankkeen podcastit



Podcast: Ergonomia ja työhyvinvointi	19.8.2024	Spotify: https://open.spotify.com/episode/3BOgsLTchnsKVxqvWE0Zo1 Apple Podcasts: https://apple.co/4cwqBgt Supla: https://www.supla.fi/episode/8e14d028-651c-4500-be64-6f6fed78ee0a Verkossa: https://www.ninalyytinen.fi/psykopodiaa/ergonomia-tyohyvinvointi
Podcast: veto- ja pitovoimatekijät	9.12.2024	Spotify: https://open.spotify.com/episode/53ZPnatzKG1Z8njkr7T33k?si=BYoMlshQRLaU3rTZJtRA0w Apple Podcasts: https://apple.co/3ZoSRgt Supla: www.supla.fi/episode/3f8929a2-ac99-44bb-9c86-af3ca6f95089 Verkossa: https://www.ninalyytinen.fi/psykopodiaa/soteala-tyohyvinvointi



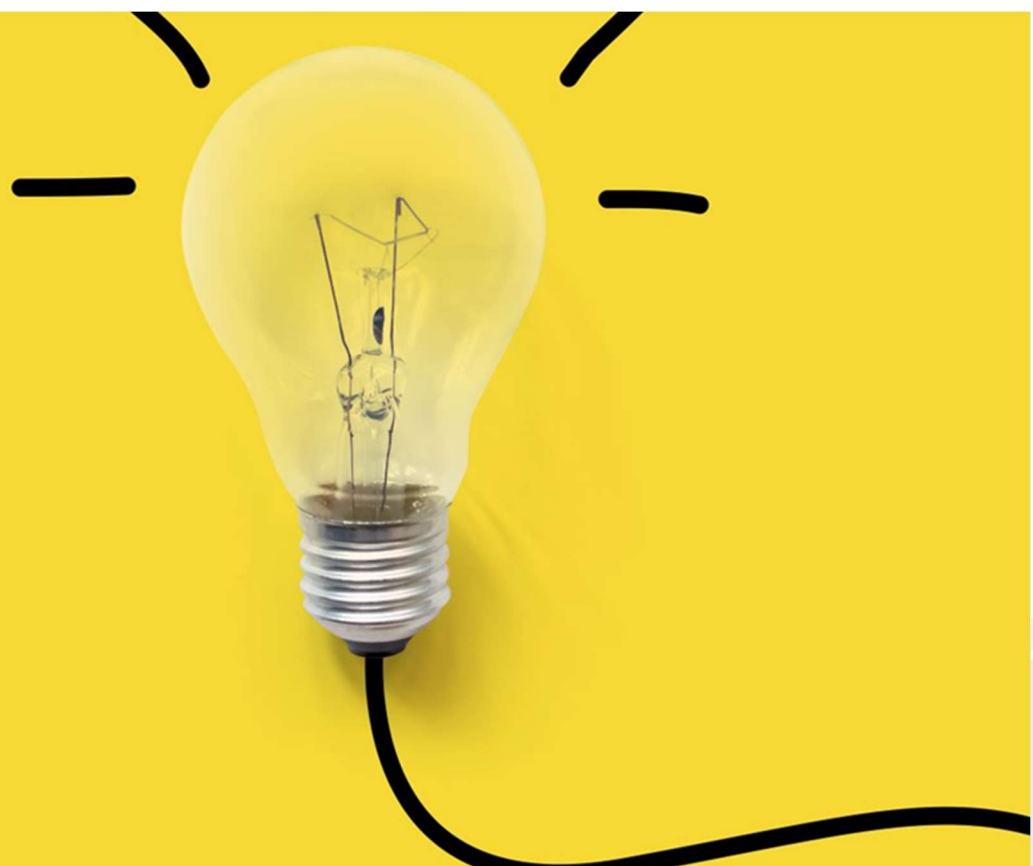
Työsuojelurahasto
Arbetsmiljösämfonden
The Finnish Work Environment Fund

ERGOMENTOR



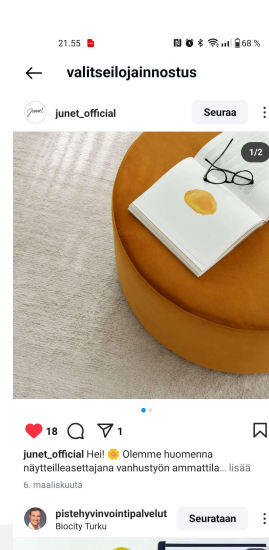
ERGOMENTOR

TULOKSET



Teema 1: Työilo kiertoon!

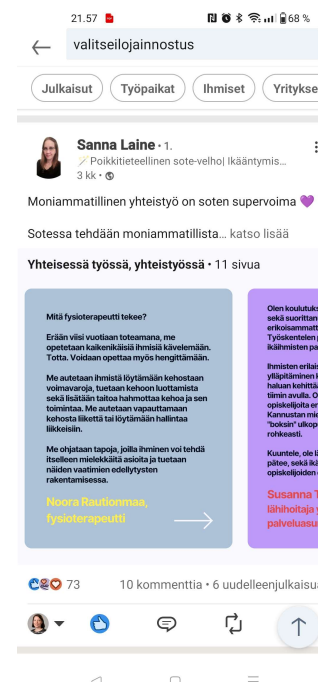
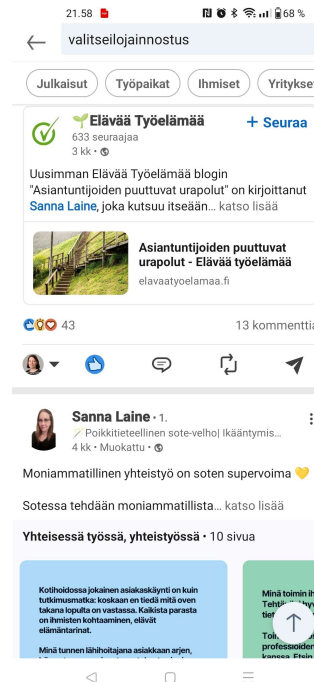
- Sote-alan henkilöstö lähti mukaan haasteeseen ja someen alkoi tulla positiivisia julkaisuja **#valitseilojainnustus**



ERGOMENTOR

Teema 1: Työilo kiertoon haasteeseen osallistui myös muita tahoja ja organisaatioita

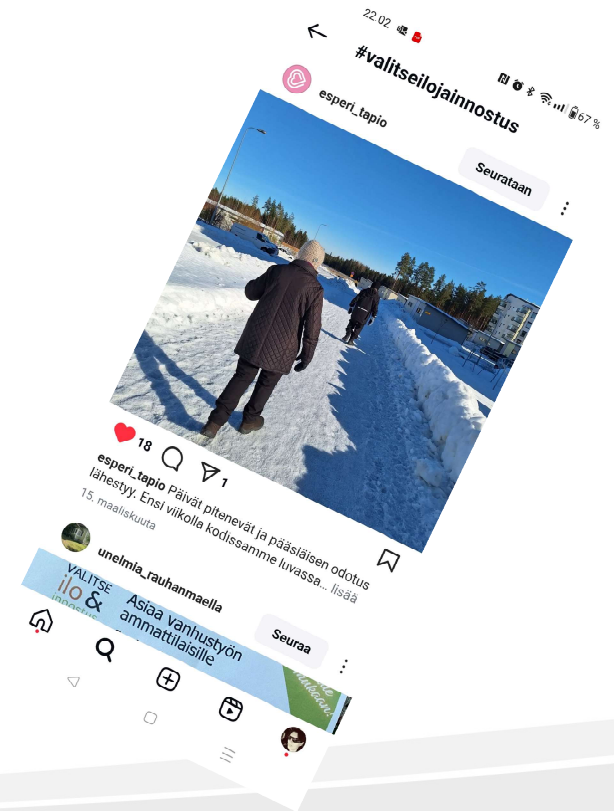
- Elävää työelämää
- Ihmisarvoisen kuntoutuksen tutkimusverkosto
- Mummopodia
- Satakunnan ammattikorkeakoulu
- Suomen fysioterapeutit
- Ger-Ger –yhdistys
- Aktiiviset sote-alan viestijät, mm. Jan Holmberg & Sanna Laine



ERGOMENTOR

Kainuun hyvinvointialue Työnilo kiertoon teeman Yhteenveto: miten ikääntyneiden palveluissa voidaan edistää sote-alan veto- ja pitovoimaa?

- Omat Insta-sivut tehty → kuvattu siellä extrajuttuja, mitä yksikössä tapahtuu. Yksikössä on nimetyt some-vastaavat ja julkaisemiseen on tehty viestintäsuunnitelma.
- Hva:een omat some-sivut, joihin on kannustettu kaikki yksiköitä kertomaan omasta toiminnasta
- Pitovoima: jokaisen tulisi arvostaa omaa työtä eikä liittäisi oma työtä/ työpaikkaa
- Positiivisuuden jakaminen; ammatillista kohtaamista





Työnilo kiertoon esihenkilöiden näkökulma

Yhteenveto: Miten esihenkilöt voivat edistää sote- alan veto- ja pitovoimatekijöiden levittämistä?

- Esihenkilöt ovat myös työyhteisön jäseniä ja jokaisella on työssään omat roolit (esihenkilöt ovat työnantajan edustajia)
- Toimitaan positiivisuuden kautta ja negatiiviset asiat käsitellään & kohdataan asioina
- Työntekijöiden arvostaminen ja luottamus töiden sujumiseen; esihenkilö tukee ja mahdollistaa sujuvan työskentelyn
- Työntekijöiden osallistaminen muutokseen ja työn kehittämiseen; itseohjautuvuuden ja yhteisohjautuvuuden lisääminen: työntekijöiden kannustaminen omiin ratkaisuihin ja päätökseen
- Haiproon/ Posiproon hyödyntäminen positiivisten asioiden esittelyssä → pienten ja positiivisten ilmoitusten jakaminen & julkituominen



Teema 2 & 3: Ergonomiatiedon levittäminen

- Hankkeen tapahtumien kautta saavutettiin suoranaisesti n. 1000 sote-alan henkilöä
- Hankeviestinnän kautta tavoitettavuus nousi > 10 000 erilaisten toimenpiteiden myötä
- Podcastit osoittautuivat hyväksi tiedon levityskanavaksi, sillä yhtä podcastia kuunteli ka > 3000 henkilöä / jakso ja niiden elinkaari jatkaa eloaan myös hankkeen päättymisen jälkeen.

- Blogit ja podcastit ovat sote-alan am-

Mattilaisten hyödynnettävissä edelleen.



Iloa ja innostusta työhön – hyvien työkäytäntöjen levittäminen

Materiaalia hyödynnettäväksi



- **Blogeja ergonomiasta:**

- 3 vinkkiä nostoliinan pukemiseen – potilasnostimet lisäävät avustajan ergonomista työskentelyä
- Motoristen taitojen kehittäminen kannattaa – tutustu perusteluihin!

- **Kuuntele Psykopodiaa podcastin jaksot:**

- 157. Ergonomia ja työhyvinvointi
- 166. Sote-alan muutokset ja työntekijöiden hyvinvointi

- **Blogeja sote-alan veto- ja pitovoimasta:**

- Iloa ja innostusta Tampereen seminaarista: Pirkko Mannolan voimaannuttava esitys ja muita huippuhetkiä!
- Valitse ilo ja innostus – ”Mitä mukanasasi tulee kynnyksen yli työpaikalle?”
- Kainuun hyvinvointialue edistää yhteistyössä Ergomentorin kanssa sote-alan veto- ja pitovoimaa
- Sote-alan ammattilaisten suositukset alalle pyrkiville



Työsuojelurahasto
Arbetsmiljösämfonden
The Finnish Work Environment Fund

ERGOMENTOR